4. bis 6.
Lebensjahr

# Körper, Liebe, Doktorspiele

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung





Ein Ratgeber
für Eltern
zur kindlichen
Sexualentwicklung
vom 4. bis zum
6. Lebensjahr




*Impressum*

*Herausgeberin:*
*Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA),*
*Abteilung Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung*
*Postfach 91 01 52*
*51071 Köln*
*http://www.bzga.de*

*Autorin:*
*Ina-Maria Philipps,*
*Düsseldorf*

*Konzeption und Gestaltung:*
*Kontrapunkt*
*Studio für Grafik-Design,*
*Düsseldorf*

*Druck:*
*Degensche Druckerei*
*Auflage: 5.100.9.03*





*Diese Broschüre ist kostenlos erhältlich bei der BZgA,*
*51101 Köln*
*Fax: 0221/8992-257 oder*
*unter order@bzga.de*

*Bestell-Nr.: 13660200*

# Inhalt









# Einführung

## Worum es in dieser Broschüre geht.

Ziel dieser Broschüre ist die Darstellung der psychosexuellen Entwicklung eines Kindes von der Geburt bis zu seinem sechsten Lebensjahr. Sie ist entsprechend dem Lebensalter in zwei Teilbände gegliedert: Im vorliegenden ersten Band wird das erste bis dritte Lebensjahr behandelt, im zweiten das vierte bis sechste. Wenn Sie unter der entsprechenden Lebensphase nachschlagen, sollten Sie allerdings berücksichtigen, dass Kinder sich nicht immer der vermeintlichen Norm entsprechend entwickeln. Es handelt sich also eher um ungefähre Angaben. Insofern kann es für Sie sinnvoll sein, genauso in den vorhergehenden und nachfolgenden Kapiteln zu blättern, weil Sie auch dort hilfreiche Informationen zu bestimmten Verhaltensweisen Ihres Kindes finden könnten.

In der Broschüre werden mit der psychosexuellen Entwicklung zusammenhängende Situationen beschrieben, in denen Sie Einfluss auf das Körpergefühl und auf die Liebesfähigkeit Ihres Kindes nehmen können. Grundlage der nachfolgenden Darstellungen und Empfehlungen sind die wenigen empirischen Untersuchungen zu diesem Thema, langjährige Erfahrungen in der Eltern- und ErzieherInnenberatung sowie eigene Beobachtungen. Es muss betont werden, dass in diesem Feld WissenschaftlerInnen, PädagogInnen und Eltern zu vielen Aspekten erst vorläufige Antworten gefunden haben bzw. geben können und dieser Ratgeber deshalb bei allem Bemühen um eine möglichst objektive Behandlung des Themas immer auch subjektive Entscheidungen enthält – so wie Sie als Mutter oder Vater sie ebenfalls immer wieder situativ treffen müssen. Die Broschüre möchte Ihnen zeigen, wie Sie die Entwicklung Ihres Kindes auch im Bereich der Sexualität bewusst fördern und damit die Sexualerziehung in der Familie verantwortlich gestalten können.

Viele Untersuchungen zeigen jedoch, dass trotz aller gewonnenen Offenheit im Umgang mit Sexualität in den vergangenen Jahrzehnten immer noch eine gewisse Scheu herrscht, sich als Elternpaar etwa darüber zu verständigen, mit welchen Begriffen beide die Geschlechtsteile ihrer Tochter bzw. ihres Sohnes benennen wollen oder wie sie mit der Neugier ihres Kindes umgehen sollen.



## Sexualität schon bei kleinen Kindern?



Wenn man Erziehungsratgeber oder Fachbücher zur Entwicklungspsychologie durchblättert, kann man feststellen, dass der Aspekt der Sexualität von Säuglingen und Kleinkindern kaum oder überhaupt nicht behandelt wird – auch in unserem „aufgeklärten“ Zeitalter herrscht eine auffällige Tabuisierung dieses wichtigen Teilbereichs menschlicher Entwicklung. Nach gängigen Vorstellungen ist Sexualität etwas für Jugendliche und Erwachsene. Kinder gelten demgegenüber als „unschuldig“, ihre lustvollen Äußerungen werden nicht als sexuelle interpretiert.

Doch diese Trennung von Zärtlichkeit, Sinnlichkeit und Sexualität gibt es bei Kindern nicht! Sie erleben sowohl das Schmusen, Kuscheln und Matschen als auch die Berührung ihrer Genitalien oder das Kitzeln am großen Zeh als lustvoll und sinnlich. Die Erfahrungen, die im zärtlichen Kontakt mit den Eltern und anderen Menschen und mit sich selbst gemacht werden, sind sexuelle Lernerfahrungen, denn sie schaffen ein bestimmtes Körpergefühl

und fördern Beziehungs- und Liebesfähigkeit. Das Kind erlebt sich im Laufe der Zeit zunehmend mehr als Mädchen oder Junge, entwickelt Selbst-Bewusstsein und wird in all seinen Sinnen angeregt. Wo eine derartige liebevolle und anregende Atmosphäre nicht vorhanden ist, bleiben **Lern- und Erfahrungsmöglichkeiten** ungenutzt, die Sinnlichkeit des Kindes kann verkümmern.



Diese Zusammenhänge sind vielen Eltern nicht bewusst, und es bestehen immer noch große Unsicherheiten darüber, was ein kleines Kind braucht und ob es nicht auch zu viel Zärtlichkeit oder Stimulation gibt, die das Kind „verderben" könnten. Im Folgenden sollen daher verschiedene Situationen und Herausforderungen vorgestellt werden, auf die Eltern oft ganz unbewusst reagieren. Es ist ihnen dabei verständlicherweise gar nicht klar, dass ihr Verhalten langfristige Folgen für die psychosexuelle Entwicklung ihrer Tochter bzw. ihres Sohnes haben kann, vor allem, wenn diese über einen längeren Zeitraum damit konfrontiert werden. Dies wird am besten an einem Beispiel deutlich: Die meisten Erwachsenen sprechen bereits mit dem Neugeborenen, obwohl es ihre Worte noch nicht verstehen kann. Aber intuitiv erahnen Väter und Mütter, wie wichtig das Sprechen für einen guten Kontakt zwischen Kind und Eltern (oder anderen Bezugspersonen) ist. Das Kind fühlt sich durch die Stimme ebenso geborgen wie durch das Wiegen und Drücken, es ist wie ein Band zwischen ihm und der Außenwelt.



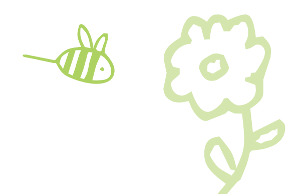
## Beim Benennen und Liebkosen gibt es feine Unterschiede!



In Bereichen, die mit Sexualität zu tun haben, ist immer wieder festzustellen, dass Eltern verunsichert sind und daher befangen reagieren. Es ist z. B. zu beobachten, dass bei der Pflege die Arme, die Nase, die Zehen, das Mündchen usw. benannt und oft auch spielerisch liebkost werden, dass dies aber auffälligerweise nicht bei den Genitalien, besonders nicht bei denen der Tochter, geschieht: die werden eher ausgespart bei der Benennung und Liebkosung. Dieser in der Regel unbewusste Akt hat jedoch Konsequenzen: Das Kind merkt sich nicht nur, dass sein Arm sein Arm ist, sondern auch, dass es einen namenlosen Bereich gibt, zumindest einen, der weniger intensiv und freudig wahrgenommen und gestreichelt wird als andere Körperregionen.

## Perfekte Lösung?

Der Wunsch nach einem bewussteren Umgang mit der kindlichen Sexualität setzt womöglich einige LeserInnen unter Druck, für eine bestimmte Situation möglichst immer eine perfekte Lösung finden zu müssen. Und „perfekt“ wird dann schnell gleichgesetzt mit „vollkommen natürlich und offen, locker und frei“. Doch die wenigsten Erwachsenen können von sich behaupten, in dieser Beziehung ohne jede Scheu, Hemmung oder Scham zu sein (was auch nicht das Ziel dieses Ratgebers ist). Vielmehr können die einen zum Beispiel mit Nacktheit sehr unbefangen umgehen, während andere ohne großes Herzklopfen darüber reden können, wie ein Kind gezeugt wird. Diese Fähigkeiten gilt es wahrzunehmen und auszubauen, ohne dass wir uns unter Druck setzen lassen, immer alles vorbildlich zu gestalten.



## Sexualerziehung in der Familie hat viel mit der eigenen sexuellen Geschichte zu tun.

Je nach unserer sexuellen (Familien-)Geschichte haben wir unterschiedliche Erfahrungen mit sexuellen Tabus gemacht: worüber man nicht spricht, wo man sich nicht anfasst, was sich nicht gehört, was als unanständig gilt… Das, was die Erwachsenen in frühen Jahren gelernt haben, konnte über die Begegnung mit guten FreundInnen und vor allem durch **gemeinsames Lernen** mit den PartnerInnen weiterentwickelt werden. Und so geben Mütter und Väter entsprechende Botschaften an ihre Kinder weiter – manchmal weil sie sie gut finden, manchmal vielleicht, aufgrund der eigenen Kindheit, entgegen dem eigenen Anspruch oder Selbstverständnis.



Das Erfreuliche ist, dass in dem Augenblick, da die eigenen Grenzen bewusster wahrgenommen werden („das fällt mir schwer“), schon der erste Schritt getan ist, diese Grenze ein bisschen zu erweitern. So kann es Gespräche zwischen den Partnern geben, in denen sie sich gegenseitig mitteilen, was ihnen leicht fällt und was ihnen jeweils Mühe macht, wo sie sich schämen, was sie dem bzw. der anderen eher zutrauen als sich selbst, wo sie sich gerne überwinden würden und wo sie deutliche Barrieren spüren, die wohl nicht überwindbar sind. Wenn die Kinder ein bisschen größer sind, kann eine Mutter oder ein Vater solche Hemmungen auch direkt ansprechen, indem sie (er) beispielsweise dem Sohn, der äußerst neugierig mit auf die Toilette gehen will, erklärt, dass sie (er) sein Interesse an den Ausscheidungsvorgängen zwar verstehen könne, sie (er) aber ungestörte Ruhe brauchte und ihr (ihm) die Anwesenheit einer anderen Person unangenehm sei.

## Wir erziehen nicht immer optimal – und genau das ist normal!

Eltern glauben oft, sie schadeten ihrem Kind, wenn sie sich nicht pädagogischen Regeln entsprechend verhalten würden, und beachten dabei nicht ihre eigenen Grenzen. Aber was nutzt die schönste Verhaltensregel, wenn die Person, die sie gibt, nicht dahinter steht?! Im schlimmsten Fall spürt das Kind die Unglaubwürdigkeit und ist verunsichert. Um bei dem vorangegangenen Beispiel zu bleiben: Nähme die Mutter das Kind mit auf die Toilette und schämte sich zugleich, würde das Kind die Peinlichkeit mit ziemlicher Sicherheit empfinden und trotz der guten Absicht der Mutter in Erinnerung behalten, dass sie sich über diese Art der Neugier nicht im Entferntesten so freut wie über seine Neugier auf die neuen Bauklötze. Mit anderen Worten: Was immer Sie tun, es sollte in **Übereinstimmung mit Ihrem Gefühl und Verstand** erfolgen! Ihr Kind hat erfahrungsgemäß ausgeprägte Antennen für ehrliche wie für aufgesetzte Umgangsweisen!

Manchmal ist es auch hilfreich, sich vor Augen zu halten, dass Sie als Mann oder Frau sicherlich nicht deckungsgleiche Einstellungen und Fähigkeiten haben. Und so, wie Sie sich vermutlich auch in anderen Bereichen der Erziehung ergänzen und manchmal auch unterscheiden (vielleicht ist zum Beispiel eine[r] von Ihnen strenger als die/der andere), kann dies auch für die familiäre Sexualerziehung geschehen. Allerdings sollten Sie beide nicht in vollkommen verschiedene Richtungen tendieren, weil dies Ihr Kind verwirren könnte.



***Das Kind lernt an realen Personen, was es heißt, weiblich oder männlich zu sein, und will von beiden Geschlechtern im direkten Umgang Weiblichkeit und Männlichkeit erfahren.***

Leider ist es immer noch so, dass viele Väter meinen, Frauen könnten besser über Gefühle sprechen, seien von Natur aus eher für Zärtlichkeiten oder Körperpflege geeignet, und insofern sei der Bereich der Sexualerziehung Sache der Mütter. In Umfragen unter Jugendlichen kommen Väter als Gesprächspartner über Sexualität sehr viel seltener vor als Mütter. Dies gilt insbesondere für die Töchter. Nun mag es durchaus Themen geben, die in späteren Jahren leichter „unter Frauen“ beredet werden können, aber das heißt noch lange nicht, dass Väter nicht wichtige körperliche Gegenüber, Vorbilder, Gesprächspartner und liebevolle Bezugspersonen für das sich entwickelnde Kind (beiderlei Geschlechts) sind.

Männer sollen nicht weibliches Verhalten gegenüber einem Säugling oder (Klein-)Kind kopieren, sondern ihren eigenen Stil finden, wie sie ihre väterliche Liebe ausdrücken, ihre Verantwortung

für die Pflege, den Schutz und das Wachstum ihres Kindes ausdrücken und gestalten wollen. Es ist eine große Chance sowohl für die Tochter bzw. den Sohn als auch für den Vater selbst, wenn es eine eigenständige und eigenwillige Beziehung zwischen den beiden gibt, die sich von der zwischen Mutter und Kind unterscheidet. Dabei wäre es wünschenswert, dass beide Erwachsenen darauf achten, nicht fortwährend traditionelle **Vorstellungen von Weiblichkeit und Männlichkeit** zu wiederholen, indem z. B. der Vater immer für das heftige Toben und die Mutter immer für das Trösten zuständig ist, sondern darin durchaus abzuwechseln. Denn Kinder lernen über das Vorbild und kopieren die Verhaltensweisen der Eltern. Und es bedeutet eine unnötige Einschränkung von Fühlen und Verhalten, wenn bestimmte Aspekte nur einem Geschlecht zugestanden werden. Doch auch hier gilt, dass verkrampftes Verhalten wenig dienlich ist.





## Jedes Kind entwickelt sich nach seinem eigenen Rhythmus und zeigt seine individuellen Eigenheiten!

Was eben zu der individuellen Verschiedenheit der Eltern gesagt wurde, gilt in gleicher Weise für Kind(er): Sie unterscheiden sich je nach Geschlecht und als individuelle Persönlichkeit. So wie manche früher den ersten Zahn bekommen als andere oder zu laufen beginnen, entdecken Ihre Kinder womöglich auch zu unterschiedlichen Zeiten, was angenehm sein kann. Es kann auch sein, dass Petra im Gegensatz zu Anna es niemals angenehm findet, mit dem Vater zu schmusen – sie ist vielleicht eher ein Tobekind. Das bedeutet, dass das, was landläufig über bestimmte Phasen geschrieben oder gesagt wird, die alle Kinder angeblich zu einem bestimmten Zeitpunkt durchlaufen, nicht für Ihr Kind zutreffen muss.



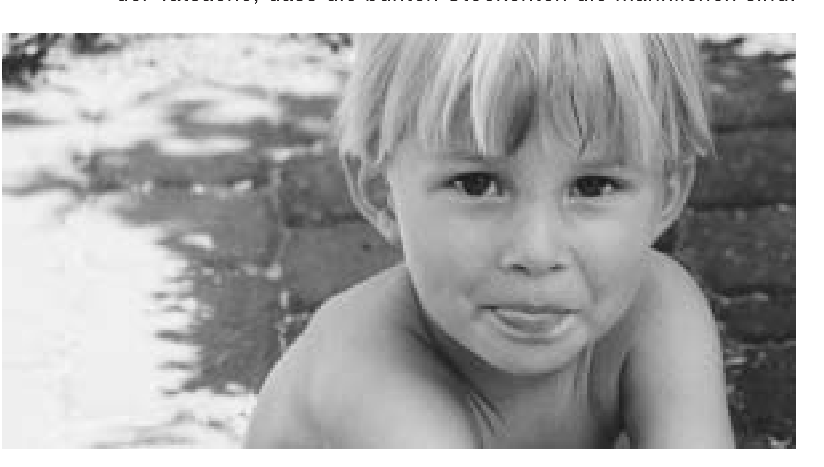
## Liebevolle, freundliche Begleitung und Förderung durch die Eltern

Es wäre schön, wenn es Ihnen gelingen könnte, Ihr Kind in seiner ganz eigenen psychosexuellen Entwicklung liebevoll zu begleiten, indem Sie wahrnehmen, was es speziell mag, was es genießt und was es sich wünscht an Zärtlichkeiten oder Experimenten mit dem eigenen oder Ihrem Körper und dass Sie respektieren, was es nicht mag an Berührungen oder Bemerkungen. Das beginnt schon mit der sensiblen Beachtung kleiner Verweigerungen: Wenn z. B. Ihr Sohn nicht auf Ihren Schoß kommen möchte, ist es wichtig, seinen Wunsch zu achten und das eigene Bedürfnis nach Nähe zurückzustellen. So lernt Ihr Kind, dass es ein Recht hat, ja und nein zu sagen, und dass seine persönliche Integrität geachtet wird. Schon in ganz jungen Jahren merken Kinder, ob ihre Bedürfnisse respektiert werden und damit ihre Menschenwürde geachtet oder ob sie missachtet wird, auch wenn Ihnen die vermeintlich kleinen Übergriffe banal erscheinen mögen.



Die liebevolle Begleitung Ihrer Tochter bzw. Ihres Sohnes umfasst neben dem Eingehen auf die Wünsche und Fragen Ihres Kindes auch die **aktive Förderung** seiner Sinnlichkeit, seines Körperentdeckens und seiner Neugier. Diese Aussage mag in Ihren Augen womöglich ein bisschen zu weit gehen. Aber überlegen Sie einmal einen Augenblick: Gibt es einen anderen Bereich der kindlichen Entwicklung, wo Sie nicht von sich aus initiativ werden und Ihr Kind anzuregen versuchen, dass es etwas kennen lernt, sich entwickelt, Begriffe bekommt für die Gegenstände usw.?! Sie zeigen und benennen ihm beispielsweise verschiedene Hunderassen, ohne dass es Sie danach fragt, oder Sie führen seine Nase an eine Blume, damit es daran riecht und den Duft kennen lernt. Sie machen ihm früh den Unterschied zwischen einer roten und einer grünen Ampel klar, damit es sich im Straßenverkehr sicher zurechtfindet.

Einzig im Bereich der Sexualerziehung zögern so manche Mütter und Väter, von sich aus das Kind anzuregen, und äußern die Sorge, es könne „verdorben“ oder „zu früh aufgeklärt“ werden und damit „auf falsche Gedanken“ kommen oder „frühreif“ werden. Nach allem, was an Untersuchungen dazu vorliegt, kann diese Sorge als überflüssig zurückgewiesen werden. Sie kennen das bestimmt, wenn Ihr Kind abschaltet, weil Sie ihm etwas zu Kompliziertes zu erklären versuchen oder sich zu umständlich ausdrücken. Wenn also eine bestimmte Information aus dem Bereich der Sexualaufklärung für Ihre Tochter noch zu früh sein sollte, geht sie eben zum einen Ohr rein und zum anderen wieder raus – wie diverse andere Mitteilungen im Alltag auch. Ihr Kind wird diesen Informationen keinen größeren Stellenwert beimessen als etwa der Tatsache, dass die bunten Stockenten die männlichen sind.





## Aufklärung ist ein fortlaufender Prozess und erfolgt wesentlich durch Beobachtung und Nachahmung

Aufklärung ist kein einmaliger Akt, sondern vollzieht sich im Laufe der kindlichen Entwicklung immer wieder, sei es als bewusste Mitteilung über bestimmte Sachverhalte auf dem jeweiligen geistigen Niveau des Kindes, sei es (vor allem) als **Lernen am Modell:** Denn Eltern leben ihren Kindern ja ständig vor, wie sie mit Gefühlen umgehen, wie sie Beziehungen unter Erwachsenen und mit den Kindern (auch körperlich) gestalten, worüber sie Witze machen und vieles andere mehr. Geschwister und FreundInnen haben bereits Erfahrungen mit sich selbst, ihrer Lust und mit körperlichen Spielen mit anderen Kindern gemacht und geben diese an Ihr Kind weiter. Es beobachtet den Umgang der Geschlechter in seiner Umgebung, sieht Fotos und guckt Fernsehen – die so genannte Aufklärung vollzieht sich also im Grunde permanent. Oft werden dadurch aber mehr neue Fragen aufgeworfen als Antworten auf vorhandene Fragen gegeben.



## Sexualität kennt ganz verschiedene Ausdrucksformen



Anhand der bisherigen Beispiele ist vielleicht schon deutlich geworden, dass unter **Sexualität nicht nur Genitalität** mit Schwerpunkt auf dem Geschlechtsverkehr verstanden wird, sondern ein weiterer Begriff von Sexualität zugrunde liegt. Insofern ist auch Sexualerziehung weit mehr als die Aufklärung über Geschlechtsorgane, Zeugung und Geburt. Vielmehr kennt dieses menschliche Grundbedürfnis, das jeden Menschen durch sein gesamtes Leben begleitet (das allerdings nicht immer gleich und für jede[n] gleich wichtig ist), ganz verschiedene Ausdrucksformen wie zum Beispiel Küssen, Streicheln, Erotik, Leidenschaft, Fürsorglichkeit oder Geborgenheit.

Sexualität ist oft auf einen anderen Menschen (des anderen oder des eigenen Geschlechts) bezogen und drückt dann Zuneigung und/oder Begehren aus und kann auf Fruchtbarkeit ausgerichtet sein. Manchmal aber ist sie auf sich selbst bezogen, sei es zum Lustgewinn in Form von Selbstbefriedigung, sei es zur Bestätigung der eigenen Person als Frau oder als Mann. Manchmal ist Sexualität außerordentlich wichtig für das Kind oder den Erwach-



senen, manchmal spielt sie gar keine Rolle, so wie andere Dinge in ihrer Bedeutsamkeit ebenfalls schwanken. Der Stellenwert variiert je nach Lebenssituation, hat aber auch mit dem Lernprozess in den ersten Lebensjahren zu tun. So kann man feststellen, dass dort, wo kindliche Sexualität wenig zugelassen wird, also vielfältige Verbote ausgesprochen bzw. durchgesetzt werden, das Sexuelle oft von besonderer Wichtigkeit für das Kind ist und im Verborgenen auf großes Interesse stößt oder sich z. B. in Witzen Bahn bricht. Demgegenüber verlieren Kinder oder auch Jugendliche, die in ihrer sexuellen Neugier wenig eingeschränkt wurden, ihr Interesse daran phasenweise wieder, bleiben also nicht auf das Verbotene fixiert wie strenger erzogene Kinder.





*Ein Wort noch zum Schluss zu den Eltern, den Müttern und Vätern, die angesprochen werden. Es werden vermutlich vor allem Frauen zu dieser Broschüre greifen (so wie es leider meistens nur die Mütter sind, die zu den Elternabenden im Kindergarten und in der Grundschule kommen), und längst nicht alle erziehen ihr Kind mit einem Partner zusammen. Der Tatsache von zunehmend mehr allein erziehenden Frauen soll in dieser Broschüre Rechnung getragen werden. Selbstverständlich sind auch Familien angesprochen, in denen beide Elternteile die Verantwortung für die Kindererziehung übernehmen. Und es wäre zudem erfreulich, wenn auch Väter, Großmütter, Onkel oder Kinderfrauen einen Blick in diese Informationsschrift werfen würden und sich anregen ließen – fühlen Sie sich bitte alle angesprochen!*

# 4. Lebensjahr

## Heftige Gefühle: Liebe, Scham und Eifersucht

Im Alter von drei Jahren sind sowohl die motorischen Fähigkeiten Ihres Kindes als auch seine psychische Entwicklung so weit fortgeschritten, dass es zu einem verstärkten Bewegungs- und Expansionsdrang kommt: Jungen wie Mädchen möchten groß und stark sein, sie entfernen sich weiter vom häuslichen Umfeld und damit auch von den Bezugspersonen. Sie messen ihre Kräfte und üben sich in körperlicher Geschicklichkeit (Klettern, Schaukeln, Dreirad, Roller, Kettcar). Je nachdem, welche Erlaubnis beide Geschlechter für wilde und heftige Bewegungen erhalten und sich darin erproben und erleben können, entwickelt sich ein unterschiedliches Körperbild, was Kraft, Körperbeherrschung, Gelenkigkeit und Lust an der Bewegung anbelangt.

Mit der verstärkten Selbstständigkeit wächst das Bedürfnis nach eigenen Kontakten. Das Kind baut Freundschaften auf, was besonders dann gefördert wird, wenn es in einer regelmäßigen Spielgruppe oder im Kindergarten andere Mädchen und Jungen kennen lernt. Bei diesen Begegnungen lernt es allmählich, Regeln im Umgang miteinander zu beachten und Regeln für das gemeinsame (spontane) Spiel zu entwickeln. Es erfährt, dass es Rücksicht auf andere nehmen muss, es lernt sich in die anderen Kinder einzufühlen und sich gegen sie durchzusetzen. Die hier erworbenen sozialen Verhaltensweisen sind – neben dem, was das Kind an Zärtlichkeit, Fürsorge, Annahme, Verantwortung und Respekt in seiner Familie erfahren hat – die Grundlage für seinen späteren Umgang in gleich- und gegengeschlechtlichen Beziehungen. Sie bilden die Basis seiner Liebes- und Freundschaftsfähigkeit.



## Grenzen der Vertrautheit

Gerade bei der vermehrten Begegnung mit relativ fremden Menschen, für die oft andere Regeln gelten als für die Familie, können beim Kind ab etwa drei Jahren körperlich-sexuelle **Schamgefühle** entstehen, die sich entweder auf sich selbst und den eigenen Körper beziehen oder – etwas später in der Entwicklung – auf Fremde. Hierbei nimmt das Kind Rücksicht auf die Intimsphäre anderer Menschen, indem es beispielsweise nicht die Toilette betritt, wenn dort schon jemand ist, oder es schämt sich stellvertretend für andere, die aus der Sicht des Kindes die Grenzen nicht wahren (z. B. kann es dem Mädchen peinlich sein, wenn die Mutter in aller Öffentlichkeit ohne Bikinioberteil sonnenbadet).



Gefühle der Scham tauchen insbesondere in Situationen auf, in denen es um Nacktheit geht (Umziehen beim Turnen oder Schwimmen, Planschen mit oder ohne Badehose, Hilfestellungen beim Toilettengang). Das Ausmaß körperbezogener Scham wird wesentlich beeinflusst von den Erfahrungen, die das Kind in der Familie und seinem nahen sozialen Umfeld macht und von seiner Stellung in der Geschwisterreihe. Untersuchungen zeigen, dass später geborene Kinder größere Schamhaftigkeit zeigen als erstgeborene: Sie übernehmen die entwicklungsbedingte Schamhaftigkeit der älteren Geschwister, und die Eltern achten aufgrund des höheren Alters der Erstgeborenen auf die Einhaltung bestimmter Regeln in der Familie auch durch das jüngere Kind, z. B. bei gemeinsamem Baden, Nacktheit oder Toilettengängen.

Irgendwann zwischen drei und fünf Jahren entdecken viele Mädchen ihre besondere Liebe für den Vater und viele Jungen ihre Liebe für die Mutter, die sie oft durch ihr Versprechen „Wenn ich mal groß bin, heirate ich dich!“ ausdrücken. Dabei kann diese besondere erste große Liebe einhergehen mit **Eifersuchtsgefühlen** gegenüber dem anderen Elternteil bzw. dem neuen Partner, der vom Kind als störend für die gewünschte innige Zweisamkeit erlebt wird.



## Nehmen Sie Ihr Kind ernst – und setzen Sie ihm Grenzen

Der Zuwachs an körperlicher Kraft und selbstständiger Bewegungsmöglichkeit macht Mädchen wie Jungen stolz und ermuntert zum Erproben der eigenen Grenzen: Wie hoch kann ich klettern, wie tief traue ich mich zu springen, wie schnell kann ich rennen, oder schaffe ich es, den anderen niederzuringen…? Die Freude am Toben sowohl mit den Eltern als auch mit anderen Kindern ist groß und oft mit dem Wunsch verbunden, sich als stark und kraftvoll zu erleben.

Nun sind diese körperlichen Experimente nicht selten mit negativen Folgen verbunden: Das Kind fällt, holt sich blutige Knie, tut sich weh beim Raufen oder bekommt auf der hohen Mauer plötzlich Angst… Diese Erfahrungen über die Konsequenzen seines Handelns sind wichtig für das Kind, denn es erfährt darüber, wann es vorsichtig sein muss, wie es seinen Körper noch besser beherrschen kann, um beispielsweise beim Laufen nicht zu stolpern, wann es seine Angst ernst nehmen und welche Situationen es (vorläufig) vermeiden sollte usw. Wichtig ist, dass das Kind lernt, sich selbst einzuschätzen, was unmöglich ist, wenn besorgte Erwachsene ständig Gefahren aufzeigen, Verbote aussprechen und damit den **Bewegungs- und Erfahrungsspielraum** übermäßig einschränken. Natürlich müssen Mütter und Väter manchmal ein Kind vor einer gefährlichen Situation beschützen, wenn es sich selbst überschätzt bzw. das Risiko nicht ausreichend kalkulieren kann.

## Wilde Jungen – zarte Mädchen?

Es besteht jedoch bei manchen Eltern die Tendenz, ihr Kind allzu sehr zu behüten – und dies ganz besonders bei den Töchtern. Wenn ein Mädchen wild, laut, heftig oder auch mal aggressiv ist, schreiten Erwachsene in der Regel eher ein, als wenn ein Junge dieses Verhalten zeigt. Doch damit schränken sie die Tochter sehr stark ein, die ihren Körper und ihre Stimme ebenso wie ein Junge ausprobieren und ihre Kraft und Stärke genießen will. Wenn ihr das zugestanden wird, kann sie ein wesentlich größeres **Selbstbewusstsein** im Sinne von „Ich kann das, ich schaffe das" und auch „Ich kann mich wehren" entwickeln. Sie erwirbt so Zutrauen in ihre eigene körperliche Stärke.



Umgekehrt erfahren Jungen oft wesentlich weniger Trost als Mädchen, wenn sie sich verletzt haben. Dabei empfinden sie den Schmerz genauso. Doch manche Eltern befürchten, ihr Sohn könne „verweichlichen", also keine „Männlichkeit" im traditionellen Sinne entwickeln, wenn er nicht früh lernt, sich zusammenzunehmen. Auch mit der Angst wird bei beiden Geschlechtern unterschiedlich umgegangen. Während Mädchen eher in ihrer Zurückhaltung unterstützt werden, heißt es bei Jungen nicht selten: „Stell dich nicht so an!" Über solche Bagatellisierungen der Angst verlernen Jungen jedoch, sich auf ihr Gefühl zu verlassen und angemessene Vorsicht walten zu lassen. Dies hat später zur Folge, dass sie wesentlich öfter in Unfälle verwickelt sind und sich manchmal in hochriskante Manöver wagen. Waghalsige Sportarten gelten dann oftmals für Jungen als besonders männlich.



## „Peter ist jetzt mein bester Freund!“

Für viele Kinder beginnt mit etwa drei Jahren ein neuer Lebensabschnitt, weil sie aus dem vertrauten und meist sehr behüteten familiären Bereich in ein fremdes, manchmal beängstigendes, oft aber auch spannendes neues Umfeld, den Kindergarten, wechseln. Die Trennung vor allem von der Mutter über mehrere Stunden am Tag, die ungewohnte räumliche Umgebung, die vielen unbekannten Kinder, die fremden Erzieherinnen, der neue Tagesablauf – all das bedeutet eine enorme Herausforderung für das Mädchen bzw. den Jungen.

Doch auch für die Eltern, meistens mehr noch für die Mütter, ist es oft gar nicht so einfach, ihr Kind in fremde Obhut zu geben und nicht mehr so genau zu wissen, was ihr Kind im Kindergarten gerade macht, ob es sich wohl fühlt oder Heimweh hat, ob es genügend individuelle Betreuung erhält und ob es dort vielleicht manches kennen lernt, was es im Elternhaus so nicht gibt. Denn manchmal herrschen unterschiedliche Regeln, und es kann sein, dass Ihr dreijähriges Kind Sie mit der Feststellung konfrontiert, im Kindergarten sei das aber ganz anders oder seine Gruppenleiterin habe etwas ganz anderes behauptet: Ihre elterliche Autorität bekommt Konkurrenz! Doch vielleicht können Sie diese persönliche Infragestellung besser verkraften, wenn Sie sich klarmachen, wie wichtig es für Ihr Kind ist zu lernen, dass an verschiedenen Orten und in verschiedenen Gruppen eben unterschiedliche Regeln, unterschiedliche soziale Normen gelten und dass es sich darauf einzustellen hat. Denn diese soziale Anpassungsfähigkeit und Flexibilität braucht es, um sich im Leben zurechtzufinden.



Indem Ihr Kind Mitglied einer größeren Gruppe wird, ist es gezwungen, **soziale Kompetenzen** zu erwerben, die für das Miteinander von großer Bedeutung sind. Es steht nicht mehr so im Mittelpunkt wie in der Familie, sondern muss sich in die Gruppe der Gleichaltrigen ein- und manchmal auch unterordnen, es muss um seinen Platz kämpfen und erproben, mit welchen Verhaltensweisen es sich Anerkennung, Zuneigung und Respekt verschafft und womit es bei anderen aneckt. Es lernt, dass es einige Kinder im Kindergarten lieber mag als andere und dass ihm die anderen Kinder ebenfalls unterschiedlich viel Sympathie entgegenbringen. Im Laufe der Zeit lernt das Kind unter günstigen Bedingungen, für sich selbst einzutreten, Streit auszutragen, mit eigenen und fremden Aggressionen umzugehen, allein und mit anderen zusammen zu sein.



Im Zuge dieser Auseinandersetzung mit sich selbst und den anderen Menschen entwickelt das Mädchen bzw. der Junge ein Gespür dafür, wenn es jemanden ganz besonders mag, mit wem es sich gut versteht, schön spielen und Spaß haben kann. Die Zuneigungen wechseln häufiger, doch das gehört zum Lernprozess. So enden die ersten Freundschaften oft schon mit dem ersten Streit, die gerade noch „beste Freundin" ist plötzlich „doof". Doch statt darüber traurig zu sein, wendet sich die Tochter womöglich gleich dem nächsten Mädchen zu und erwählt dies zur liebsten Gefährtin. Erwachsene können das manchmal schwer verstehen und legen den eigenen Maßstab an, wie sie mit **Freundschaften** umgehen, aber dieser Vergleich ist unpassend, weil Kinder experimentieren und erst herausfinden müssen, was sie in einer Freundschaft suchen und wie sie diese mitgestalten können. Sie lernen, dass Konflikte oder zeitweiliges Desinteresse aneinander (das sich darin äußern kann, dass die Freundin jetzt lieber mit einer anderen spielt) durchaus zu Beziehungen dazugehören können und man sich deswegen nicht trennen muss, oder dass es wichtig ist, nach einem Streit auch mal auf den oder die andere zuzugehen und sich in seine bzw. ihre Situation einzufühlen.



Grundsätzlich ist es wichtig, **die Gefühle der Zuneigung, Eifersucht, Sehnsucht oder Enttäuschung,** die Jungen und Mädchen gleichermaßen im Zusammenhang mit Freundschaften haben, ernst zu nehmen und sie nicht zu verharmlosen, denn das Kind erlebt diese Gefühle in der Regel stark und ernsthaft!



## Oh, wie spannend…

Mit dem Eintritt in den Kindergarten eröffnen sich auch im Bereich des Geschlechtlichen neue Lernmöglichkeiten. Das Interesse und die Neugier des Kindes werden angeregt, denn es erlebt hier andere Mädchen und Jungen seines Alters, mit denen es sich vergleichen oder die es nachahmen kann. So hören Sie zu Hause vielleicht plötzlich Sprüche, die Sie nie und nimmer erwartet hätten. Dabei muss es einfach mal ausprobieren, wie sich das anfühlt, wenn es sich so gibt und wie die Erwachsenen darauf reagieren.





Auch die **Körperlichkeit** der anderen weckt die kindliche Neugier: Wie sehen die Freundinnen und Freunde nackt aus, ist deren Geschlechtsteil genauso geformt wie meins, wie fühlt es sich an – oder auch: Was machen die anderen auf dem Klo? Solche Beobachtungen und Untersuchungen sind für das Kind außerordentlich spannend und werden von ihm meistens ganz selbstverständlich und natürlich erlebt – es ist „nichts dabei“, es sei denn, es weiß bereits durch entsprechende Reaktionen der Eltern oder Erzieherinnen, dass solche Neugier nicht erwünscht ist. Dann aber werden seine Fragen nicht geringer, sondern nur versteckter, und sind verbunden mit Schuldgefühlen: Das Kind hat das Gefühl, etwas Verbotenes zu tun, ohne zu verstehen, warum.

Es kann auch vorkommen, dass ein Kind, das seine Genitalien noch nicht als Lustquelle entdeckt hat, von einem anderen Kind lernt, sich selbst zu berühren und zu befriedigen. Gerade wenn es sich dabei um eine erstmalige Erfahrung handelt, ist es möglich, dass das Kind zunächst sehr häufig masturbiert, weil es ganz begeistert ist von der Möglichkeit, sich selber angenehme Gefühle zu verschaffen. Dabei fühlt es sich oft auch dann nicht gestört, wenn andere seines Alters oder Erwachsene in der Nähe sind. Es ist manchmal völlig in sich versunken und lässt sich überhaupt nicht ablenken! Für Erwachsene, die in der Regel für Sexualität einen geschützten Rahmen brauchen, mag es befremdlich sein, wenn sich ihr Kind so offensichtlich vor anderen liebkost.

## Muss ein Kind Scham lernen?

Mütter und Väter ebenso wie Erzieherinnen stellen sich in solchen Situationen oft die Frage, ob sie öffentliche Stimulation dulden oder ob sie diese unterbinden sollen. Dazu ist zunächst festzuhalten, dass Genitalspiele in diesem Alter Zeichen einer gut verlaufenden psychosexuellen Entwicklung sind und dass Kinder diese Spiele normalerweise nur dann unterlassen, wenn sie eine negative Reaktion ihrer Umgebung befürchten, etwa wenn sie lächerlich gemacht oder dafür bestraft werden.

Um sich den üblichen sozialen Gepflogenheiten anzupassen, muss ein Kind diese allmählich lernen, weil es die Fähigkeit, soziale Normen zu befolgen, nicht von Geburt an mitbringt. Es ist zumeist nicht von Natur aus schamhaft, sondern erwirbt das Schamgefühl während eines längeren Lernprozesses. Erst mit etwa acht Jahren hat ein Großteil der Mädchen und Jungen die sozialen Regeln so weit verinnerlicht, dass sie ohne die Anwesenheit anderer, also sozusagen aus sich selbst heraus, bestimmte Verhaltensweisen zeigen.

Auf dem Weg dorthin braucht das Kind deshalb zunächst die Hilfe der Erwachsenen, um zum Beispiel zu begreifen, dass es manchen Menschen unangenehm ist, wenn es am Esstisch „fummelt“.



Es wäre schön, wenn mit der Bitte der Eltern, solche Berührungen in bestimmten Situationen zu unterlassen, auch das Angebot einherginge, das Kind könne sich ja in seinem Zimmer, wo es ungestört sei, weiter streicheln. So erfährt es, dass die Selbststimulation prinzipiell akzeptiert ist, aber eben nicht jederzeit und überall. Außerdem lernt das Kind, dass verschiedene Menschen unterschiedliche persönliche Grenzen besitzen: Für die Tante sind diese Berührungen möglicherweise viel anstößiger als für die Mutter, und darauf sollte es versuchen, Rücksicht zu nehmen. Mit solchen liebevoll formulierten Hinweisen wird die Sexualität Ihres Kindes nicht unterdrückt, sondern es lernt (nach und nach!), sich in seinem Verhalten auf die Erwartungen seines sozialen Umfeldes einzustellen.

***In anderen Bereichen der Sexualität gilt es immer wieder abzuwägen, ob es sinnvoll ist, das eigene Schamgefühl und die damit verbundenen Grenzen für das Kind gelten zu lassen.***

So meinen einige Eltern, sie müssten dem Kind früh beibringen, dass es sich in der Öffentlichkeit nicht nackt zeigen darf. Sie kaufen entsprechend frühzeitig Badehose bzw. Badeanzug und empören sich vielleicht, wenn im Kindergarten beim sommerlichen Planschen schließlich alle Hüllen fallen. Für viele Kinder ist es jedoch wesentlich angenehmer, nackt Wasser, Sonne und Sand auf der Haut zu spüren als die nassen Sachen anzubehalten! Beobachtungen zeigen, dass sie irgendwann von sich aus entscheiden, wann sie beim Schwimmen ihre Badebekleidung anbehalten wollen.

Es kann aber auch den umgekehrten Fall geben, dass sich Kinder im Gegensatz zu ihren Eltern oder auch zu den sonst im Kindergarten üblichen Umgangsweisen sehr schamhaft verhalten: Sie ziehen sich z. B. nur um, wenn niemand zugucken kann, schließen die Badezimmertür ab und wollen nicht mit Freunden oder Geschwistern zusammen baden. Hier ist es wichtig, **die Wünsche des Kindes zu respektieren** und auch keine Rechtfertigung dafür zu verlangen – es fühlt sich eben angezogen wohler und braucht vielleicht mehr Intimität als Sie. Allerdings müssen Sie sich als Erwachsene nun nicht umgekehrt anpassen, sondern können Ihre Gewohnheiten getrost beibehalten und beispielsweise sich weiterhin nackt in der Wohnung bewegen oder zusammen mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin das Badezimmer benutzen. Es könnte sein, dass Ihr Kind irgendwann dann ebenfalls in Ihrer Gegenwart duscht, aber vielleicht verhält es sich auch dauerhaft anders als Sie in diesem Bereich.





## Liebe und Eifersucht

Keineswegs alle Jungen und Mädchen entwickeln im Alter zwischen drei und fünf Jahren besondere Liebesgefühle für den andersgeschlechtlichen Elternteil, doch es kommt immer wieder vor, dass insbesondere die Söhne zum Ausdruck bringen, ihre Mutter später mal heiraten zu wollen. Auch wenn derartige verbale Äußerungen fehlen, verändert sich möglicherweise das Verhalten da-

hin gehend, dass sich der Sohn auffällig vom Vater abwendet, sich negativ über ihn äußert und die besondere Verbindung mit der Mutter betont: „Wir sollen das aber ohne Papa machen!“ Eine andere Möglichkeit besteht darin, dass sich der Sohn beispielsweise im Bett oder bei einer Umarmung zwischen die Eltern wirft und deren Zweisamkeit zu stören versucht. Es könnte sein, dass dieses Verhalten seine Eifersucht auf den Vater ausdrückt, der unter anderem in der Nacht mehr Nähe zur geliebten Mutter bekommt als der Sohn, der weit weg von ihr im eigenen Zimmer schlafen muss. Oder der Sohn beginnt mit dem Partner der Mutter zu rivalisieren, indem er zum Beispiel dessen Platz am Esstisch oder seinen Fernsehsessel beansprucht.



Solches Verhalten Ihres Kindes kann störend und nervenaufreibend sein. Bedenken Sie jedoch, dass Ihr Sohn so etwas nicht absichtlich macht, sondern nicht aus seiner Haut kann. Er braucht in dieser Phase Ihr Verständnis und Ihre Rücksichtnahme. Das bedeutet nicht, dass Sie auf offensichtliche Zweisamkeit verzichten sollen. Es hilft Ihrem Sohn, mit seinen eifersüchtigen Gefühlen fertig zu werden, wenn er sich auch als „Störenfried“ noch angenommen und einbezogen fühlt. Es ist wichtig für ihn, dass seine Mutter sich ihm zuwendet und ihm mit gleichbleibender Freundlichkeit ihre Liebe zeigt, ohne ihre Liebe zum Vater oder zum Freund zu verleugnen. Und Sie als Vater sollten nicht gekränkt auf ablehnende Äußerungen reagieren, sondern verstehen, dass die Liebesgefühle Ihres Sohnes für Sie derzeit nur überlagert sind von anderen Emotionen, die er weder verstehen noch lenken kann. Versuchen Sie, ihm weiterhin Angebote für gemeinsame Aktivitäten zu machen, bei denen Sie bisher beide Spaß hatten, aber akzeptieren Sie auch, wenn er eine Weile nichts mit Ihnen zu tun haben will – diese Phase geht mit Sicherheit vorbei!



Töchter sind in diesem Alter häufig sehr stark auf den Vater bezogen: Sie probieren ihren weiblichen Charme aus und umgarnen den „ersten Mann in ihrem Leben“. Allerdings ist es für die Mädchen schwieriger, die Mutter als Rivalin um die Liebe des Vaters „auszuschalten“, weil sie ja in der Regel auf deren Liebe und Fürsorge im Alltag angewiesen bleiben. So zeigt sich die töchterliche Eifersucht möglicherweise nur dadurch, dass sie der Mutter gegenüber frech und widerspenstig ist. Auch hier gilt die Empfehlung, dem Mädchen mit Liebe und Verständnis zu begegnen und ihr gleichzeitig zuzumuten, dass die Liebesbeziehung von Frau und Mann allen kindlichen Störungsversuchen zum Trotz bestehen bleibt.

# 5. Lebensjahr

## Doktorspiele: Den Körper erforschen

Im Alter von vier bis fünf Jahren ist die geistige Entwicklung so weit fortgeschritten, dass die Auseinandersetzung mit dem eigenen und dem anderen Geschlecht eine neue Stufe erreicht. In Rollenspielen wird die soziale Dimension des Geschlechterverhältnisses gestaltet. Die Kinder probieren das Vater- und Mutter-Sein immer wieder aus und erleben dies mit den verschiedenen Nuancen, zum Teil auch im Rollentausch. Das bei Erwachsenen beobachtete Verhalten als Liebes- und als Elternpaar wird nachgeahmt, und es wird mit Varianten experimentiert. Über diese „Vater-Mutter-Kind-Spiele“ erfolgt eine Einübung in ein Rollenverhalten, von dem die Kinder glauben, dass es später, als Erwachsene, von ihnen erwartet wird.

Das neu erwachte Interesse am Geschlechtlichen hat darüber hinaus auch eine körperliche Dimension und äußert sich in den so genannten **„Doktorspielen“**, bei Jungen außerdem oft im gemeinschaftlichen Wettpinkeln. Es geht darum, Gemeinsamkeiten und Unterschiede durch genaues Betrachten und z. T. auch Berühren und Vergleichen festzustellen. Diese Neugier und deren Befriedigung werden zumeist eingebunden in ein Spiel, in dessen Verlauf sich die Kinder allmählich zum eigentlichen Gegenstand ihres Interesses vortasten, indem z. B. zunächst in den Hals geguckt und Fieber gemessen wird, bevor der „Arzt“ den „Patienten“ daraufhin untersucht, ob er auch „untenherum“ gesund ist. Auch die Imitation des Geschlechtsverkehrs kann zu diesem Experimentierverhalten dazugehören. Auf einer solchen Entdeckungsreise möchten die meisten Kinder unter sich sein, sie empfinden solche Spiele vergleichbar intim wie Erwachsene ihr Liebesleben und wollen genauso ungestört dabei sein.

In diesem Alter kommen häufig die ersten innigen **Freundschaften** zwischen einem Mädchen und einem Jungen zustande, die meistens mit starken Liebesgefühlen verbunden sind: Die beiden sind unzertrennlich, berühren sich oft liebevoll, achten aufeinander und sorgen füreinander, treten für den anderen ein und reagieren eifersüchtig, wenn einer von beiden mal mit jemand anderem spielt. Es ist ebenfalls möglich, dass eine solch „dicke Freundschaft“ mit den gleichen tiefen Gefühlen zwischen zwei Jungen oder zwei Mädchen besteht.



## Vater, Mutter, Kind – so unterstützen Sie Ihr Kind, seine Identität zu entwickeln



Sowohl im Kindergarten als auch zu Hause können Sie jetzt Ihr Kind dabei beobachten, wie es bestimmte Spiele mit Inbrunst immer wieder spielt. Darunter finden sich viele Spiele, die um die Imitation erwachsenen Lebens kreisen: die Puppenmütter, die ihre Kinder wickeln, anziehen, im Puppenwagen spazieren fahren, ihnen zu essen und zu trinken geben, aber auch mit ihnen schimpfen und sie maßregeln. Manchmal brauchen sie einen Ehemann, mit dem dann das nachgestellt wird, was zu einem richtigen Familienleben gehört.

Wenn Sie diese **Rollenspiele** aufmerksam verfolgen, können Sie einen Eindruck davon gewinnen, welche Vorstellung Ihr Kind von Frau- und Mutter-Sein bzw. von Mann- und Vater-Sein entwickelt hat. Manchmal sind die kindlichen Bilder sehr klischeehaft. Sie speisen sich aus dem, was sie in ihrem häuslichen Umfeld, aber auch in den Medien zu sehen bekommen. Gerade hinsichtlich der „Männlichkeit“ sind viele Kinder oft auf Fernsehen, Bücher und Comics angewiesen, weil ihre Väter sich kaum zu Hause aufhalten, während die Kinder wach sind. Das heißt, sie erhalten wenig Möglichkeit, reale Männer umfassend zu erleben, sondern sehen oft nur Ausschnitte, nämlich den Feierabend- und Wochenendvater. Die Mutter erleben Kinder demgegenüber sehr viel häufiger und länger und gewinnen insofern auch einen realistischen Eindruck zumindest von der Rolle „Mutter“. Dass diese (nicht erwerbstäti-

ge) Frau zusätzlich auch noch Fähigkeiten und möglicherweise Qualifikationen besitzt, die bei ihrer Familienarbeit nicht zum Tragen kommen, gerät allerdings nicht in den Blick der meisten Mädchen und Jungen. Deshalb darf es niemanden wundern, wenn sich in den Rollenspielen oft sehr traditionelle Aufgabenverteilungen und Zuständigkeiten widerspiegeln.

Hier besteht für Sie als Mutter oder Vater durchaus die Möglichkeit, in das Spiel einzugreifen und die Klischees anhand konkreter Situationen infrage zu stellen, indem Sie z. B. vorschlagen, doch mal die Rollen zu tauschen.

Es könnte sein, dass Sie bei solchen Vorschlägen Protest seitens der Kinder ernten, aber solch ein Konflikt ist eine ideale Gelegenheit, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Dabei können Sie Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn auch erklären, dass manches von dem, was sie im Elternhaus erleben, nicht die einzig mögliche Form der Aufgabenverteilung ist. Vielleicht erleben Sie ja auch manches von dem, was Sie Ihrem Kind als Frau oder Mann vorleben, als nachteilig oder einengend – und darüber können Sie durchaus bereits mit Fünfjährigen reden. Dies ist sogar sehr wichtig, weil über die Spiele Verhalten eingeübt wird. Je früher Kinder eine Idee von der **Vielfalt an Gestaltungsmöglichkeiten ihrer Geschlechterrollen** bekommen, desto leichter dürfte es ihnen später fallen, für sich selbst zu prüfen, welche traditionellen Vorgaben sie übernehmen wollen und welche sie für sich ablehnen.



## „Ich wär' der Arzt und du wärst krank…"

Nahezu alle Eltern werden irgendwann mit der Situation konfrontiert, dass sich ihr Kind mit Spielkameraden ins Kinderzimmer, in den Keller oder eine uneinsehbare Ecke im Garten verzieht, möglichst die Tür verschließt und es dann für längere Zeit verdächtig ruhig wird. Einige Mütter bekommen in einer derartigen Situation ein so mulmiges Gefühl, dass sie nachschauen, was dort vor sich geht, und überraschen die Kleinen dann manchmal dabei, wie sie sich ausgezogen haben und sich gerade untersuchen, sei es gegenseitig, sei es in festgelegten Rollen als Arzt und Patient. Wahrscheinlich werden sich die Kinder ertappt und unwohl fühlen, wenn ein Erwachsener sie beim Spiel überrascht. Selbst wenn die Eltern solchen Doktorspielen wohlgesonnen gegenüberstehen, wollen Kinder dabei keine Zuschauer. Der Rückzug in die Heimlichkeit drückt den **Wunsch nach Intimität** aus und sollte von den Erwachsenen respektiert werden.

Nun plagt manche Mutter (und einige Väter) die Sorge, bei derartigen Spielen könnten Dinge passieren, die gegen den Willen eines oder einer Beteiligten geschehen, oder dass jemand dabei verletzt wird. Erfahrungsgemäß kann man solchen Gefahren vorbeugen, indem man mit dem eigenen Kind und den anderen Beteiligten im Vorfeld spricht, etwa in dem Sinne: „Ich weiß ja nicht, was ihr gleich vorhabt, aber falls ihr ‚Doktor' spielen wollt, ist es wichtig, dass ihr nur tut, woran alle Spaß haben. Und jede und jeder darf sagen, wenn er plötzlich keine Lust mehr dazu hat und aufhören möchte." Auf gesundheitliche Gefährdungen durch schmutzige Hände oder spitze Gegenstände kann präventiv hingewiesen werden.

Es ist oft mehr die Befürchtung, die Kinder könnten „zu weit gehen", die Eltern eingreifen lässt, als eine berechtigte Sorge vor seelischen oder körperlichen Schädigungen. In der Regel ist davon auszugehen, dass Kinder über Doktorspiele lustvoll und sehr handgreiflich ihre **natürliche Neugier** befriedigen, wie die Genitalien aussehen und auch beispielsweise, wie tief die Scheide ist und wie weit sie sich dehnen lässt. Manche entdecken auch, dass die Analregion eine sehr empfindliche Zone ist und machen erste Erfahrung von Berührungen z. B. durch Fiebermessen oder das Eincremen mit angeblich medizinischen Salben. Es kommt auch vor, dass Kinder so tun, als schliefen sie miteinander. Damit kopieren sie vielleicht, was sie zufällig bei den Erwachsenen gesehen oder wovon sie gehört haben. Diese Nachahmung ist eher so zu verstehen, dass die Kinder ausprobieren, wie das denn funktioniert, als dass sie ähnliche Lustgefühle und Bedürfnisse wie Erwachsene dabei empfinden. Auch hier geht es um spielerisches Ausprobieren wie bei Vater-Mutter-Kind-Spielen.



Erwachsene sollten nur vorbeugend eingreifen, wenn sie das sichere Gefühl haben, dass ein Kind durch ein älteres Kind für dessen Vergnügen ausgenutzt wird und das jüngere noch keine Möglichkeit hat, sich zu wehren. Hier kann es angebracht sein, als Anwalt des Kindes aufzutreten und bestimmte „Spiele" zu verbieten. Aber unter Gleichaltrigen ist in der Regel davon auszugehen, dass nichts passieren wird, was ihnen schaden könnte.



## „Ich hab dich ja so lieb!“

Die seelische Entwicklung Ihres Kindes ist inzwischen so weit fortgeschritten, dass es tiefe Zuneigung für ein Mädchen oder einen Jungen seines Alters empfinden und ausdrücken kann. Die Gefühle und deren Ausdruck im Verhalten unterscheiden sich dabei nur wenig von denen Erwachsener: Die andere Person ist für das Kind außerordentlich wichtig, es möchte ganz viel Zeit mit ihr verbringen und alles teilen, es spürt große Zärtlichkeit und drückt sie durch Händchenhalten, Streicheln, Umarmen oder Küssen aus. Die beiden wollen beieinander übernachten und liegen manchmal zusammen in einem Bett, um sich möglichst nahe zu sein. Sie drücken damit die **gleichen Bedürfnisse nach Wärme und Geborgenheit** im Zusammensein mit der geliebten Person aus **wie die Erwachsenen.** Wenn dann eine solche Freundschaft endet, kommt es vor, dass das Kind große Trauer über den Verlust und die Lücke, die der fehlende Kontakt hinterlässt, verspürt.



Alle diese Gefühle Ihres Sohnes bzw. Ihrer Tochter sollten Sie ernst nehmen. Das bedeutet, die Wünsche und Ängste des Kindes zu hören, darauf einzugehen und seine Empfindungen zu respektieren. Wenn seine Liebesgefühle von den Eltern ins Lächerliche gezogen werden, fühlt es sich blamiert und lernt möglicherweise, seine Gefühle vor anderen zu verstecken oder sie gar zurückzunehmen. Damit würde in schädlicher Weise in seine gesunde seelische Entwicklung und Entfaltung eingegriffen.

***Nicht selten kommt es in diesem Alter zu einer innigen Freundschaft zwischen zwei Mädchen oder zwei Jungen.***

Es kann sein, dass die beiden verkünden, sie würden später heiraten. Damit wollen sie ausdrücken, wie wichtig sie füreinander sind und wie lieb sie sich haben. Wenn sie nun daraufhin den Kommentar hören, dies sei ja gar nicht möglich, werden sie sich wahrscheinlich nicht verstanden und in ihrer besonderen Freundschaft abgewertet fühlen. Sie lernen möglicherweise, dass **gleichgeschlechtliche Liebesbeziehungen** nicht so wertvoll sind wie gegengeschlechtliche und bei entsprechenden Reaktionen anderer Kinder und Erwachsener, dass Zärtlichkeiten unter Jungen bzw. unter Mädchen nicht erlaubt sind. Gerade Jungen geben sich oft der Lächerlichkeit preis, wenn sie sich umarmen oder gar küssen. Bei Mädchen wird solches Verhalten noch eher toleriert, obwohl beide Geschlechter nichts anderes tun, als ihr ernsthaftes Gefühl durch entsprechende Gesten auszudrücken. Was ist eigentlich Schlimmes dabei?!



Es gibt Eltern, die befürchten, wenn sie die Zärtlichkeiten in einer Jungenfreundschaft nicht unterbinden, könnte ihr Sohn schwul werden. Diese Sorge ist unbegründet: Homosexualität kann man nicht lernen, wie sie auch nicht „abtrainiert“ werden kann. Man kann aller Wahrscheinlichkeit auch nicht dazu verführt werden. Und da niemand weiss, in welche Richtung sich Sohn oder Tochter entwickeln wird, schaffen Eltern eine gute Grundlage, wenn sie ihr Kind beim Ausdruck seiner Zuneigung unabhängig davon, wem sie gilt, unterstützen. Mütter und Väter können ein Weiteres zur Vermeidung von sexueller Diskriminierung tun, indem sie immer mal einfließen lassen, dass auch Erwachsene einen Menschen des eigenen Geschlechts lieben können, Paare also nicht immer aus einer Frau und einem Mann bestehen. Falls Ihr Kind dann irgendwann seine homosexuelle Orientierung entdecken sollte, wird es weniger das Gefühl haben, völlig aus der Rolle zu fallen, als wenn seine Eltern Heterosexualität zum einzigen natürlichen und normalen Modell erhoben haben.







## „Darf ich noch mit meinem Kind schmusen?“

Ihr Kind wird nicht nur körperlich größer und selbstständiger, sondern auch Ihre Beziehung zueinander verändert sich: Seine Anhänglichkeit lässt wahrscheinlich nach, es braucht weniger Fürsorge als früher, und bestimmte Rituale, wie beispielsweise das gemeinsame Baden, hören vielleicht auf. Mütter und Väter sind manchmal verunsichert, wie viel Nähe und welche Formen der Zärtlichkeit denn jetzt noch richtig sind. Insbesondere die Söhne neigen gelegentlich dazu, Zärtlichkeiten abzuweisen.

Kinder müssen sich in diesem Alter ein bisschen mehr von den Eltern, vor allem von den Müttern, **lösen.** Dennoch besitzen fast alle weiterhin ein großes Bedürfnis, immer mal wieder familiäre Geborgenheit und Wärme zu spüren, auch mal klein zu sein und das Bedürfnis nach Liebe und Zärtlichkeit zu haben. Manchen fällt es allerdings schwer, solche Bedürfnisse zu zeigen, weil diese nicht zu ihrem Selbstbild vom „großen Jungen“ passen.

Hier kann es helfen, dem Kind Angebote zu machen, die nicht offensichtlich mit Schmusen zu tun haben und dennoch Berührung und Hingabe erlauben. Toben, Fangen spielen oder Wasserspiele im Schwimmbad können ebenso eine Möglichkeit sein wie Massagen. Diese können auch spielerisch variiert werden, indem Sie auf dem Rücken Pizza oder Streuselkuchen backen (Walken des Teiges, Belegen mit verschiedenen Zutaten, Wärme des Backofens) oder verschiedene Wetter bei einem Spaziergang auf das Kind niedergehen lassen (Regen, Hagel, Sonnenschein, Gewitter, Sturm usw.). Das mögen Kinder oft bis ins Jugendalter hinein!

# 6. Lebensjahr

## Tabuverletzung: Provokation als Programm

Auch in diesem Jahr macht Ihr Kind im geschlechtlichen Bereich weitere Entwicklungsschritte. Besonders auffällig ist die soziale Konzentration eines Großteils der Jungen und Mädchen auf das eigene Geschlecht, die oft verbunden ist mit einer Abwertung des anderen Geschlechts. Jungen und Mädchen wollen nichts mehr voneinander wissen, finden sich gegenseitig blöd und tun sich oft schwer mit gemeinsamen Spielen. In dieser Phase suchen die Kinder jeweils die Selbstvergewisserung als Mädchen bzw. Junge, und das ausschließliche Zusammensein mit ihresgleichen dient der Identitätssicherung. Der Wert des eigenen Geschlechts erhöht sich, indem das andere abgewertet wird. Innerhalb der jeweiligen Gruppen herrscht ein gewisser sozialer Druck, sich rollenkonform zu verhalten, z. B. als Junge nicht mit einem Mädchen zu spielen und umgekehrt.

Nicht nur in diesem Alter, da aber verstärkt, provozieren die Kinder die Erwachsenen mit sexuell gefärbten Witzen, Sprüchen und Begriffen aus dem Sexual- und Fäkalbereich. Gerade wenn Einzelne den Rückhalt ihrer Gruppe spüren und sich womöglich noch gegenseitig zu übertrumpfen versuchen, erleben sie sich in ihrer Wortgewalt sehr stark. Denn Kinder finden schnell heraus, dass sie Eltern und Erzieherinnen mit bestimmten Wörtern und Sprüchen herausfordern, vielleicht sogar verunsichern können. Insofern haben sie – so das kindliche Erleben – endlich mal ein Mittel in der Hand, mit dem sie die ständige gelassene Überlegenheit der Erwachsenen außer Kraft setzen können. Dies gelingt ihnen bei Frauen erfahrungsgemäß leichter als bei Männern. Obwohl viele den Inhalt ihrer Ausdrücke und Anspielungen gar nicht oder nur halb verstehen, haben sie (unbewusst) die Tabuverletzung erkannt, was einen reizvollen Kitzel für die Mädchen und Jungen bedeutet.



Es kommt Ihnen ganz merkwürdig vor: Noch vor einer Woche hat Ihr Sohn sehr gern mit dem Nachbarkind Lisa gespielt, und jetzt will er absolut nichts mehr von ihr wissen, sondern sucht zu Hause ebenso wie im Kindergarten nur noch die Gemeinschaft von Jungen. Oder Sie stellen bei der Beratung über die Gästeliste für die Geburtstagsfeier fest, dass Ihre Tochter nur noch Mädchen einlädt, während sie früher eine gemischte Gruppe bevorzugte. Alles Reden hilft nicht, Sie bekommen vielmehr zu hören, dass Mädchen bzw. Jungen blöd seien und man nichts mit denen anfangen könne.



### „Blöde Weiber“ – „Doofe Jungs“

Es könnte auch sein, dass Sohn oder Tochter mit einem Mal Interesse an Spielen zeigen, die in ihrer Clique gang und gäbe sind und die das Kind bisher abgelehnt hat. Ein Grund dafür besteht vielleicht darin, dass es gern dazugehören möchte. Wenn z. B. alle Mädchen Barbiepuppen haben, behauptet Ihre Tochter eben auch, eine haben zu wollen und das Spielen damit ganz toll zu finden, selbst wenn sie zuvor immer lieber mit Steifftieren gespielt hat und Puppen affig fand. Es bleibt Ihnen unbenommen, Ihre Tochter auf den Meinungsumschwung anzusprechen, aber es ist nichts gewonnen, wenn Sie jetzt Gegendruck erzeugen und die Barbiepuppe verweigern, weil Sie die hässlich finden oder nicht wollen, dass Ihre Tochter so typisch mädchenhaftes Spielzeug bekommt. Die meisten Kinder besitzen noch nicht so viel Selbstbewusstsein, dass sie auf alle wichtigen Attribute verzichten können, mit denen sie sich die Akzeptanz in ihrer Gruppe zu sichern versuchen.

So entwickeln Jungen wie Mädchen oft auch überzogene **geschlechtstypische Verhaltensweisen.** Jungen geben sich beispielsweise betont lässig, machen auf „total cool“ und wirken damit in Ihren Augen möglicherweise unglaubwürdig. Es mag Sie als emanzipierte Frau auch stören, wenn sich Ihr Sohn plötzlich als kleiner Macker aufführt. Das sollten Sie ihm auch ruhig sagen, zugleich aber Verständnis haben, dass er wie die meisten anderen Jungen männliches Verhalten übt, und zwar in dieser Probierphase ziemlich überzogen. Es könnte durchaus sein, dass er solches Auftreten selber gar nicht gut findet, aber es ist ihm so wichtig, vor den Augen seiner Freunde zu bestehen, dass er das eigene Unbehagen übergeht und in der Öffentlichkeit seine Rolle spielt. Sie können ziemlich sicher sein, dass er demnächst wieder zu seinem eigenen Stil findet, und dabei sollten Sie ihn genauso wie die Tochter bei deren Prozess der weiblichen Identitätsfindung liebevoll begleiten und unterstützen.





## Gelassen bleiben – Schimpfwörter und Zoten richtig einordnen

Kinder dieses Alters scheinen gemeinsame Mahlzeiten im Elternhaus oder im Kindergarten als ideale Gelegenheit zu betrachten, um Witze zu erzählen oder Sprüche loszulassen. Manchmal tragen sie damit angenehm zur Unterhaltung bei, manchmal aber bewirken ihre Beiträge eher eine Störung der gemütlichen Atmosphäre: Derbe Redensarten oder **sexuelle Anzüglichkeiten,** irgendwo aufgeschnappt und vergnügt-verschmitzt vorgetragen, lassen die Erwachsenen pikiert bis entsetzt auffahren. Entweder verschlägt es ihnen die Sprache, was ihr Kind da eben gesagt hat und welche Worte es im Munde führt, oder sie reagieren sofort empört mit Zurechtweisungen und Verboten: „So was will ich nicht nochmal hören!“ In früheren Zeiten musste das Kind sich gar den Mund auswaschen, aus dem die „dreckigen“ Wörter entschlüpft waren.

Zurück bleibt bei vielen Eltern und ErzieherInnen eine gewisse Ratlosigkeit, was das Kind dazu bewegt haben mag, Zoten zu erzählen oder Ausdrücke aus dem Vulgärvokabular zu benutzen, und dies ja nicht nur einmal, sondern wiederholt und mit wachsendem Spaß! Es ist ihnen oft unklar, woher es solche Begriffe hat, denn diese gehören in der Regel nicht zur Umgangssprache der Erwachsenen.

Die aufgeregte Reaktion ist bereits ein wichtiger Schlüssel zur Erklärung dieses immer wiederkehrenden Phänomens: Ein Kind, sonst nahezu immer in der unterlegenen Position, besitzt ein Instrument, Erwachsene zu provozieren und in Verlegenheit zu bringen. Außerdem besteht ein gewisser Reiz, sich dem Geheimnisvollen, das Sexualität für Kinder in sich birgt, über die Sprache zu nähern oder Verbotenes zu tun, indem verpönte Ausdrücke benutzt werden.

## Kleine Wörter – große Wirkung

Insofern besteht die erfolgreichste Methode, dem Treiben ein Ende zu setzen, darin, möglichst gelassen zu reagieren. In Kindergärten wurden gute Erfahrungen damit gemacht, ein „Schimpfzimmer“ einzurichten. Die Kinder wurden aufgefordert, in diesem Raum, aber auch nur in diesem, so lange, so laut und so viele Wörter und Sprüche immer wieder rauszuschreien, wie sie konnten und ihnen einfielen. Die sprachlichen Provokationen hörten geradezu schlagartig auf!

Nun gibt es allerdings Beschimpfungen, die andere zutiefst verletzen. Nicht selten wissen die Kinder, die zum Beispiel „du alter Wichser“ oder „hau ab, du Fotze“ sagen, gar nicht, was sie da sagen. Hier empfiehlt es sich, mit dem betreffenden Kind zu sprechen und ihm zu erklären, welche Empfindungen derartige Ausdrücke bei Ihnen auslösen und dass Sie sie deshalb nicht hören wollen. Bei den meisten Mädchen und Jungen kann hier an die Einsicht appelliert werden mit der Folge, dass sie solche Begriffe aus ihrem Vokabular streichen – zumindest in Ihrer Gegenwart.





## Die heimlichen Aufklärer

Kurz vor dem Schuleintritt wächst das Interesse der Kinder an Geschriebenem; sie versuchen zu entziffern, betrachten Bilder aufmerksamer und ändern häufig auch ihre Fernsehgewohnheiten: Bestimmte Sendungen, die eher für Ältere oder Erwachsene gedacht sind, wecken ihre Neugier. Die Kinder lauschen auch aufmerksamer den Gesprächen der Erwachsenen und schnappen verschiedene Dinge auf. Über all diese Kanäle erhalten Mädchen und Jungen vielfältige Informationen – unter anderem auch sexuelle –, die nicht alle ihrem Alter gemäß sind. Deshalb verstehen sie die Sachverhalte nicht wirklich, aber sie bekommen Ahnungen, entwickeln Vorstellungen und bilden sich Meinungen über das, was sie gehört und gesehen haben.

Insbesondere Unterhaltungszeitschriften und Fernsehen beschäftigen sich geradezu permanent mit dem Thema Sexualität in all seinen Facetten. Kaum ein Spielfilm kommt ohne Liebesszenen aus, Talkshows machen Intimes öffentlich, Zeitungen berichten über sexuelle Vorlieben Prominenter, und die Werbung arbeitet ständig mit Sexuellem als Lockmittel.



Insofern sind Jungen und Mädchen sexuellen Reizen und Informationen (wie falsch auch immer sie sein mögen!) ausgesetzt, und sie können nur sehr begrenzt davor geschützt werden. Man kann ihnen bestimmte Sendungen verbieten und ungeeignete Bücher, Zeitschriften oder Videofilme unter Verschluss halten, dennoch wird einiges zu ihren Augen und Ohren vordringen, sei es durch den Kontakt zu anderen Kindern und deren Elternhäusern, durch ältere Geschwister oder den **öffentlichen Umgang mit Sexualität.** Umso wichtiger ist es, dass Eltern dieser Realität nicht dadurch entgegenzusteuern versuchen, dass sie mit ihren Töchtern und Söhnen überhaupt nicht über Sexualität sprechen, sondern dass sie sich immer mal wieder mit dem Kind darüber unterhalten, was es sieht und hört und was es dazu denkt. Indem Sie gemeinsam **auch sexuelle Themen besprechen,** bestehen gute Chancen, dass das Kind seine Vorstellungen und Einstellungen in Ihrem Sinne korrigiert. Es lernt, sich eine eigene Meinung und eigene Wertvorstellungen zu bilden, kritisch und mündig auch bezüglich der öffentlichen Meinungsbildung über sexuelle Sachverhalte zu werden.

Es ist hilfreich für das Kind, wenn Sie sich zusammen mit ihm bestimmte Sendungen oder Fotos in Zeitschriften ansehen und darüber sprechen. So können Sie ihm z. B. klar machen, dass das Gesehene nur eine Wirklichkeit ist, es aber Alternativen dazu im

Leben gibt. Oder Sie können Ihren Sohn bzw. Ihre Tochter auf die Klischeehaftigkeit bestimmter Verhaltensweisen aufmerksam machen und dadurch seine Vorstellungen, was richtig oder üblich ist, relativieren. Es ist wichtig für die Entwicklung des Kindes, wenn Sie es auf die Modediktate hinsichtlich Aussehen, Figur oder Kleidung hinweisen, weil es dann hoffentlich gelassener damit umgehen kann, wenn es bestimmten Schönheitsnormen nicht voll entspricht.





## „Geeignete“ Angebote machen

Außerdem können Sie Ihre eigenen Werte, die Ihnen im Zusammenhang mit Sexualerziehung wichtig sind, dadurch vermitteln, dass Sie auch von sich aus, also ohne dass Ihr Kind unbedingt deutliches Interesse bekundet, Kinderbücher vorlesen und betrachten, die Ihnen gut geeignet erscheinen. Dabei kann es um Körperaufklärung im engeren Sinne gehen (z. B. „Peter, Ida und Minimum“), aber auch um rollenkonformes bzw. -untypisches Verhalten von Mädchen und Jungen (z. B. „Prinzessin Pfiffigunde“), um selbstbestimmtes Verhalten (z. B. „Das große und das kleine Nein“), um Gefühle (z. B. „Schön (&) blöd“) oder um Freundschaften (z. B. „Liebesgeschichten vom Franz“).

Weniger geeignet für diese Altersgruppe sind demgegenüber Aufklärungsfilme, weil sie zu schnell sind und zu viele Informationen beinhalten, die das Kind nicht sofort verarbeiten kann. Bilderbücher haben demgegenüber den Vorteil, dass man bei einer Seite länger verweilen und in Ruhe darüber sprechen und vor- und zurückblättern kann. Sie erlauben dem Kind zudem eher, sich weiterhin seine eigenen Bilder zu machen oder auch nochmal allein in das Buch zu schauen.

# Literatur

## Bilder- und Vorlesebücher zur Körper- und Sexualaufklärung:

**Christel Boßbach/Elisabeth Raffauf/Gisela Dürr: Mama, wie bin ich in deinen Bauch gekommen?**
**Weltbild Verlag: Augsburg 1998**

Dieses Aufklärungsbilderbuch mit sehr viel Text beschreibt aus der Perspektive eines fünfjährigen Mädchens dessen Freundschaft mit einem Jungen, in der ganz unterschiedliche Gefühle und Erfahrungen miteinander vorkommen, und seine Fragen an die Erwachsenen bzgl. Körperlichkeit, Liebe, Familie, Schwangerschaft und Geburt. Das Besondere an diesem Buch ist das angefügte Glossar mit wichtigen Begriffen. Außerdem enthält es „ein paar Anmerkungen für Erwachsene“.

Angeblich ist dieses Buch bereits für Kinder ab drei Jahren geeignet, doch sowohl die geschilderte Erlebniswelt als auch die enorme Textmenge inkl. der Ausführlichkeit einzelner Beschreibungen lassen dieses aufklärerische und sexualfreundliche Buch eher für Vorschul- und Grundschulkinder geeignet erscheinen.



**Grethe Fagerström/Gunilla Hansson: Peter, Ida und Minimum. Familie Lindström bekommt ein Baby.**
**25. Aufl., Ravensburg: Otto Maier 1992**

Dieses mit dem Deutschen Jugendbuchpreis ausgezeichnete Buch für Kinder ab dem Vorschulalter behandelt anschaulich alle mit Zeugung, Schwangerschaft und Geburt zusammenhängenden Fragen anhand einer Familie, die ein drittes Kind bekommt. Es berücksichtigt dabei auch die Gefühle der Eltern (z. B. Lust beim Geschlechtsverkehr) und der Kinder (z. B. Umstellungsschwierigkeiten nach der Geburt der Schwester) und stellt verschiedene Lebensformen vor.

**Sonja Härdin: Wo kommst du her?**
**Frankfurt: PRO FAMILIA Vertriebsgesellschaft 1991**

Das sehr schön illustrierte Aufklärungsbuch aus Schweden zeigt die lustvolle Seite der Sexualität; der Text ist knapp gehalten und lädt zum Weitererzählen ein.

**Frank Herrath/Uwe Sielert: Lisa & Jan. Ein Aufklärungsbuch für Kinder und ihre Eltern. Bilder von Frank Ruprecht.**
**Weinheim: Beltz 1992 (mit pädagogischem Beiheft für Eltern und ErzieherInnen)**

Ausgangspunkt dieses gelungenen Buches ist das kindliche Erleben von Spaß, Lust, Unlust, seinen Gefühlen, Wünschen, Fragen und Wahrnehmungen. Es enthält auch Fragen nach Zeugung und Geburt. Auch sexuelle Übergriffe und die Scheidung von Lisas Eltern werden thematisiert. Verschiedene Ausdrücke für Geschlechtsteile und Geschlechtsverkehr werden gleichberechtigt nebeneinander gestellt. Das informative Beiheft ermöglicht es Eltern, sich auf die gemeinsame Lektüre des Buches mit ihrem Kind vorzubereiten.

**Janosch: Mutter sag, wer macht die Kinder?**
**München: Mosaik 1992**

In der für Janosch typischen Art wird die Geschichte einer Mäusefamilie erzählt, in der die Eltern ihr Liebesleben sehr lustvoll genießen und das älteste der vier Kinder erste sexuelle Erfahrungen macht. Problematisch ist allerdings die sehr traditionelle Rollenaufteilung zwischen männlichen und weiblichen Wesen.
Es sollte auf jeden Fall nur in Ergänzung zu einem Aufklärungsbuch gelesen werden, das Lust und Liebe von Menschen behandelt.

**Manfred Mai: Vom Schmusen und Liebhaben.**
**Bindlach: Loewe 1992**

Die Kurzgeschichten beantworten behutsam und sexualbejahend verschiedene Warum-Fragen aus dem Bereich der Sexualität.

**Lennart Nilsson: So kamst du auf die Welt. Von der Zeugung zur Geburt. Ein Aufklärungsbuch für Kinder.**
**Mit vielen Fotos. München: Orbis 1991**

Für Kinder, die beispielsweise aufgrund einer Schwangerschaft in ihrem Umfeld neugierig geworden sind, dokumentiert dieser Fotoband anschaulich die Entwicklung des Embryos im Bauch der Mutter bis zur Geburt.
Der Begleittext ist sehr ausführlich und kann je nach Interesse des Kindes gekürzt werden.

**Christine Nöstlinger: Geschichten vom Franz (1984) und Liebesgeschichten vom Franz.**
**Hamburg: Oetinger 1991**

Der kleine Franz hat Begegnungen mit verschiedenen Menschen und jeweils ganz unterschiedlichen Gefühlen. Er verliebt sich, ist eifersüchtig, will Eindruck machen und erlebt, wie die Liebe wieder vergeht.

# empfehlungen

## Elternratgeber:

**Marcella Barth/Ursula Markus:**
**Zärtliche Eltern. Gelebte Sexualerziehung durch Zärtlichkeit, Sinnesnahrung, Körpergefühl, Bewegung.**
**Verlag Pro Juventute: Zürich 1984**

Dieses sehr liebevoll und sinnlich gestaltete Buch enthält (manchmal mit schweizerischer Besonderheit) viele Anregungen, wie Sie die Wahrnehmungsfähigkeit Ihres Kindes für seinen Körper, seine Empfindungen und Bedürfnisse gerade im Kleinkindalter fördern können.

**Heidi Kaiser: So sag ich's meinem Kinde.**
**Zärtlichkeit und Schmusen, Liebe und Sexualität. Fotos von Peter Dammann.**
**Rowohlt Taschenbuch Verlag: Reinbek bei Hamburg 1990**

Dieses Buch ist schon sehr lange auf dem Markt, hat aber in seiner pädagogischen Grundhaltung zur Sexualität von Kindern und Jugendlichen nichts von seiner Aktualität verloren.

**Karin Mönkemeyer: Kindliche Sexualität heute.**
**Tabus, Konflikte, Lösungen.**
**Beltz-Verlag: Weinheim 1993**

In diesem Erziehungsratgeber werden sehr gut lesbar und einfühlsam Fragen von Eltern beantwortet, die Kinder von der Geburt bis zur Vorpubertät haben.

**Cornelia Nitsch u. a.: Sexualität im Familienalltag.**
**Mosaik: München 1992**

Dieser Elternratgeber ist nicht ausschließlich auf die Kindheit ausgerichtet, sondern beschäftigt sich mit Fragen der Sexualität während der gesamten Erziehungszeit. Der Schwerpunkt liegt auf den Konsequenzen, die aus dem Elternwerden und der Elternrolle für die Erwachsenen resultieren. Außerdem gibt es einen kleinen, sehr informativen Elternbrief (Nr. 29):

**Liebhaben, Schmusen, Doktorspiele,**

von 15 Seiten, den man beziehen kann bei: Bundesvereinigung Evangelischer Tageseinrichtungen für Kinder e.V., Stafflenbergstr. 76, 70184 Stuttgart, Tel.: 0711/2159-270

Die Elternbriefe des Arbeitskreises Neue Erziehung e.V., die in manchen Bundesländern an Eltern verteilt werden, beschäftigen sich in einigen Nummern dezidiert mit Themen der Sexualerziehung: Nr. 8, 17, 22, 29, 39. Sie sind zu beziehen über: Arbeitskreis Neue Erziehung e.V. für Familie, Schule und Gesellschaft, Markgrafenstr. 11, 10969 Berlin oder das örtliche Jugendamt

## Bücher zu Gefühlen/Ja- und Neinsagen (Prävention von sexuellem Missbrauch):

**Aliki (Aliki Brandenberg):**
**Gefühle sind wie Farben.**
**6. Aufl., Weinheim und Basel: Beltz & Gelberg 1994**

Vor allem mit Bildergeschichten werden die unterschiedlichen Gefühle von Kindern in Alltagssituationen dargestellt (Stolz, Zuneigung, Neid, Einsamkeit, Langeweile usw.). Sie bieten gute Anlässe zum weiterführenden Gespräch und zur Differenzierung eigener Gefühle.

**Gisela Braun/Dorothee Wolters:**
**Das große und das kleine Nein.**
**Mülheim: Verlag an der Ruhr 1991**

Ein kleines Mädchen erlebt, wie mehrfach über sein leises Nein hinweggegangen wird, bis es begreift, dass es sich wehren und laut Nein sagen muss.

**Ursula Enders/Dorothee Wolters:**
**Schön (&) blöd. Ein Bilderbuch über schöne und blöde Gefühle.**
**Köln: Volksblatt 1991**

Auf jeder Doppelseite werden abwechselnd positive und negative Gefühle je nach Situation und Laune dargestellt und über einen entsprechenden Smily verdeutlicht. Ein Buch, das Kinder ermutigt, zu ihren Empfindungen zu stehen.





Diese Broschüre informiert Sie, wie Sie Ihr Kind beim Entdecken seines Körpers, bei der Erfahrung seiner sinnlichen Fähigkeiten und seiner Sexualität unterstützen können. Sie beinhaltet die Darstellung der psychischen und geschlechtlichen Entwicklung ihres Kindes und beispielhafte Situationen in den verschiedenen Altersphasen. Darüber hinaus werden ausführliche Hinweise gegeben, wie Sie als Eltern auf die Fragen Ihrer Kinder reagieren können und es in seiner Beziehungs- und Liebesfähigkeit, aber auch in seiner Identität als Mädchen oder Junge fördern können.

Die BZgA ist eine Behörde des Bundesministeriums für Gesundheit. Die Abteilung Sexualaufklärung, Verhütung und Familienplanung vertritt einen ganzheitlichen Ansatz, der alle Aspekte der Körpererfahrung von frühester Kindheit an berücksichtigt. Das bedeutet auch, dass alle Gruppen mit einbezogen werden, also Kinder, Eltern, Erzieher und Erzieherinnen.

Wenn Sie mehr über die Angebote der BZgA wissen möchten, schreiben Sie bitte an

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)**
**Ostmerheimer Straße 220**
**51109 Köln**

**Telefon 0221/8992-0**
**Telefax 0221/8992-257**

Im Internet finden Sie uns unter
**http://www.bzga.de** oder unter
**http://www.sexualaufklaerung.de**




Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung